

SPELREGELS netbal

1. Inschrijven = deelnemen.
2. We spelen 2x 10 minuten. Na de eerste 10 minuten wordt er gewisseld van speelhelft.
3. Jouw ploeg heeft een punt wanneer:
 - a. De bal op de grond valt binnen het terrein van de andere ploeg.
 - b. Wanneer de andere ploeg de bal buiten het terrein gooit.
 - c. Wanneer de andere ploeg een fout maakt
4. De opslag moet gebeuren van aan de achterlijn:
 - a. Je mag met je voeten niet over de lijn komen.
 - b. Je mag maar 1 poging doen.
 - c. De bal mag het net raken
5. Je moet minimum 1 pas geven en maximum 2.
6. Je mag niet stappen of lopen met de bal.
7. Je mag het net niet aanraken. De bal mag wel tegen het net komen.
8. Je moet de bal met 2 handen bovenhands gooien als je een pas geeft of over het net gooit.
9. Een achterspeler mag de bal niet vooraan (van aan het net) naar de overkant gooien.
10. Als de andere ploeg aan de opslag was en jouw ploeg heeft gescoord, moet je doorschuiven in wijzerzin.